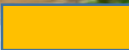


周一菜单 (01月17日)

Monday Menu

 橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	土豆烧牛肉 (土豆50克、牛肉80克) Braised Beef with Tomato	前菜 Appetizer	烤混合蔬菜 (花菜20克、蘑菇20克、西葫芦20克、胡萝卜10克) Roast Mixed Vegetables
	剁椒龙利鱼 (龙利鱼100克) Braised Fish with Chopped Pepper		
小荤 Small Meat	番茄炒蛋 (番茄100克、鸡蛋50克) Stir-fried Eggs with Tomato	主菜 Main Course	油封鸭腿 (鸭翅根2个) Roast Duck Leg
素菜 Vegetable	鱼香茄条 (茄子120克) Braised Eggplant in Brown Sauce	副菜 Side Dishes	罗勒烤鸡胸 (鸡脯肉60克) Roast Chicken with Basil Juice
	青菜 (青菜150克) Stir-fried Greens		
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	香肠披萨 (披萨饼50克、洋葱、青红椒各20克、香肠30克) Sausage Pizza
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	香蕉马芬 Banana Muffin
汤羹 Soup	冬瓜海带汤 (冬瓜50克、海带20克) White Gourd and Kelp Soup	汤 Soup	美式奶茶 (西米10克、牛奶10克、红茶10克) American Milk Tea
水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt	水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt

周二菜单 (01月18日)

Tuesday Menu

 橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	香酥鸭 (鸭肉100克) Crispy Duck	前菜 Appetizer	拇指薯条 (土豆70克) French Fries
	番茄烩虾仁 (番茄50克、虾仁80克) Braised Shrimp with Tomato		
小荤 Small Meat	回锅肉片 (猪肉20克、洋葱100克、青椒10克) Sauteed Sliced Pork with Pepper and Chili	主菜 Main Course	奥尔良烤鸡腿 (鸡腿1个) Orleans Roast Chicken Leg
素菜 Vegetable	蒜泥长豆 (长豆100克) Stir-fried Cowpea with Mashed Garlic	副菜 Side Dishes	西芹彩椒虾仁 (西芹50克、红彩椒10克、虾仁20克) Stir-fried Shrimp with Celery and Pepper
	大白菜 (大白菜150克) Stir-fried Chinese Cabbage		
主食 Staple food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	豉油皇炒面 (意面80克、胡萝卜10克、洋葱10克、绿豆芽15克、火腿15克、韭菜10克) Stir-fried Noodles with Soy Sauce
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	蛋挞 Egg Tarts
汤羹 Soup	紫菜蛋汤 (紫菜30克、鸡蛋20克) Nori and Egg Soup	汤 Soup	培根土豆浓汤 (培根10克、土豆30克、洋葱5克) Potato and Bacon Soup
水果/酸奶 Fruit/Yogurt	水果 (水果100克) Fruit	水果/酸奶 Fruit/Yogurt	水果 (水果100克) Fruit

周三菜单 (01月19日)

Wednesday Menu

 橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	红烧大排 (猪排100克) Braised Pork Chop in Brown Sauce	前菜 Appetizer	洋葱圈 (洋葱75克) Onion Roll
	干蒸草鸡 (鸡肉120克) Steamed Chicken		
小荤 Small Meat	扬州煮干丝 (干丝80克、方腿20克、木耳20克) Boiled Dried Beancurd Slices	主菜 Main Course	香烤猪肋排 (猪肋排100克) Roast Pork Ribs
素菜 Vegetable	干锅花菜 (花菜100克) Stir-fried Cauliflower	副菜 Side Dishes	五彩鱼米 (玉米粒30克、胡萝卜20克、青豆15克、黄瓜10克、龙利鱼20克) Braised Sole Fish with Vegetables
	豉汁油麦菜 (油麦菜150克) Stir-fried Canola with Black Bean Sauce		
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	墨西哥鸡肉卷饼 (卷饼1个、鸡肉30克、生菜10克、番茄25克) Mexican Chicken Burrito
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	无水蛋糕 Cake
汤羹 Soup	菌菇汤 (菌菇50克、鸡蛋20克) Mushroom Soup	汤 Soup	蘑菇洋葱汤 (蘑菇30克、洋葱5克) Mushroom and Onion Soup
水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt	水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt

周四菜单 (01月20日)
Thursday Menu

橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	脆皮五花肉 (五花肉100克) Crispy Pork Belly	前菜 Appetizer	橄榄油莴苣 (莴苣60克、红菜椒10克) Stir-fried Lettuce with Olive Oil
	红烧鸡腿 (鸡腿100克) Braised Chicken Leg in Brown Sauce		
小荤 Small Meat	莴苣炒培根 (莴苣100克、培根25克) Stir-fried Bacon with Lettuce	主菜 Main Course	番茄烩牛肉 (牛肉60克、土豆40克、番茄20克、洋葱5克) Braised Beef with Tomato
素菜 Vegetable	青椒土豆丝 (土豆丝100克、青椒10克) Stir-fried Potato with Green Pepper	副菜 Side Dishes	烤肠 (烤肠1根) Roast Sausage
	毛白菜 (毛白菜150克) Stir-fried Cabbage		
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	肉酱意面 (肉酱50克、意面80克) Pasta with Bolognese
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	巧克力夹心蛋糕 Chocolate Cake
汤羹 Soup	萝卜木耳虾皮汤 (萝卜50克、木耳10克、虾皮10克) Radishes and Black Fungus Soup	汤 Soup	奶油胡萝卜汤 (胡萝卜30克) Cream of Carrot Soup
水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	水果 (水果100克) Fruit	水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	水果 (水果100克) Fruit